

Aufbewahrung von Nahrungsmitteln.

Einige Winke für Hausfrauen.

Die Hausfrau kennt jetzt keine größere Sorge, als das Aufbewahren von Nahrungsmitteln für den Winter. Aber es kommt nicht allein auf das Was, sondern auch auf das Wie an. Denn nur tadellos konservierte Lebensmittel können auch tatsächlich ihrem Zwecke zugeführt werden. Man muß nicht nur darauf achten, daß man Lebensmittel konserviert, sondern auch, daß sie durch die Konservierung nicht an Nährwert verlieren, daß kein zu großer Teil davon gebrauchsunfähig wird und daß man durch das Konservieren nicht Geld zusetzt, sondern solches erspart.

Der Leiter der Gemüsekochkurse der Gartenbau-gesellschaft Küchenchef Karl Hierz, welcher im vorigen Jahre auch die Gemüse- und Fleischkonservierungskurse der städtischen Gaswerke leitete, gab einem Mitarbeiter unseres Blattes einige dankenswerte Winke über die Aufbewahrung und Konservierung wichtiger Nahrungsmittel.

Sehr ratsam ist das Aufbewahren von Kartoffeln bis zur neuen Ernte. Nur die sogenannten Winterkartoffeln eignen sich dazu; damit sind jene Kartoffeln zu verstehen, welche erst im Oktober oder Ende September ausgegraben werden. Diese werden, wenn möglich im Keller, auf einer Strohmatten ausgebreitet aufbewahrt. Der Raum muß kühl und luftig sein, aber die Kartoffeln dürfen dort beileibe nicht gefrieren, da sie sonst unbrauchbar werden und beim ersten Tauwetter faulen. Ende April fangen die Kartoffeln zu keimen an. Da heißt es, die keimenden Kartoffeln aussuchen und sofort verbrauchen, damit sie nicht durch das Auswachsen die Nährbestandteile verlieren und verdorben werden.

Es ist bereits die höchste Zeit, grüne Fiolen in Salz einzulegen. Sie billiger

als den ganzen Sommer über und man muß nur darauf achten, daß sie nicht zu zäh sind und sich streifeln. Sie müssen beim Brechen saftig sein. Das einfachste und praktischste Verfahren, grüne Bohnen aufzubewahren, ist folgendes: Man schneidet die Bohnen in beliebiger Art, wäscht sie nicht aus, sondern schichtet sie, abwechselnd mit je einer Lage Salz in Gurlengläser und preßt sie recht dicht ein, so daß ungefähr sechs bis sieben Kilogramm Fiolen in ein Glas gehen. Dann bindet man sie zu und stellt sie an einen kühlen Ort zur Aufbewahrung. Auf ein Kilogramm Fiolen rechnet man ein halbes Kilogramm Salz. Obenauf gibt man einen Zentimeter Kochsalz. Vor dem Gebrauch müssen die Bohnen über Nacht eingewässert werden und sie werden dann am nächsten Tag mit einer Messerspitze Speisesoda versetzt, weich gekocht. Auf diese Art konservierte Bohnen behalten auch ihre natürliche grüne Farbe.

Sehr geschickt kann man Zwiebel aufbewahren, ohne daß sie auswachsen oder faulen, indem man sie gleich mit Schmalz versetzt. Man putzt die Zwiebel, schneidet sie in Scheiben und läßt sie in Fett goldgelb anrösten. Wenn sie überkühlt sind, füllt man sie in Einsiedelgläser, verbindet dieselben und bewahrt sie kühl und trocken auf. Die Zwiebel können, auf diese Art aufbewahrt, niemals verderben.

Auch Einbrenne kann man auf Vorrat machen und hat den Vorteil davon, daß man bedeutend weniger Fett dazu braucht, da man nicht wegen jeder kleinen Menge neu anrösten muß; ist die Ersparnis bei jedem einzelnenmal auch nicht bedeutend, so fällt sie bei Einführung der Fettlarien um so mehr ins Gewicht, als ja jedes Zehnteldefa nun an Wert gewinnt. Man läßt eine beliebige Menge Fett heiß werden, röstet darinnen so viel Mehl, als das Fett aufnimmt, gießt die Einbrenne aber nicht auf, sondern bewahrt sie sofort in einem Tontopf oder in einem Tiegel auf, den man verbindet. Nimmt man davon in Gebrauch, dann gießt man die Einbrenne gleich nach dem Erwärmen mit Wasser auf.

Auch Gulhaswürze ist praktisch auf Vorrat zu machen. Man hat zu diesem Zweck je einen Eßlöffel Kümmel, Majoran, Thymian und drei bis vier Zehen Knoblauch recht fein und schneidet vier bis fünf gepuzte Zwiebel. Man läßt die Zwiebel im Fett goldgelb anrösten, gibt das gehaute Gewürz hinein, weiter einen Löffel Paprika dazu verrührt, die Masse sofort vom Feuer nehmen und so viel Mehl darunter mischen, als sie annimmt. Diese Gulhaswürze wird in einem Tiegel bis zu weiterem Gebrauche aufbewahrt.